

Jahresbericht 2023

Katholische Beratungsstelle für
Ehe-, Familien- und Lebensfragen, Köln

Träger: Gesamtverband der
katholischen Kirchengemeinden
der Stadt Köln, Domkloster 3, 50667 Köln

Inhalt

Vorwort	3
Ein Blick auf die Zahlen	4
Laufende Projekte	5
Aufgaben der EFL-Beratung	6
Prävention	7
Statistik	8
Qualitätssicherung	12
Vernetzung	13
Ablauf einer Beratung	14
Das Team	15
Spenden	16

Vorwort

Bedrohliche, schreckliche Kriege, vielfältige Krisen und viele Meldungen über negative Trends in unserer Gesellschaft begleiten uns fortwährend medial und überfordern uns oft. Private Beziehungsschwierigkeiten und psychosoziale Probleme können hinzukommen. In Beratungsgesprächen erreichen Ratsuchende hierfür oft erleichternde Klärung und gewinnen neue Perspektiven. Psychologische Beratung kann Menschen so indirekt darin unterstützen, auch der Komplexität gesellschaftlicher Herausforderungen gewachsen zu sein, ihr kreativ zu begegnen und so der Versuchung populistischer Vereinfachungen besser zu widerstehen. Sie kann Kräfte freisetzen, sich auf den unterschiedlichsten Ebenen gesellschaftlich zu engagieren.

Die Nachfrage nach unserem Beratungsangebot nimmt seit Jahren immer weiter zu. Das zeigt den wachsenden Bedarf nach Orientierung für die eigenen Lebensvollzüge in einer immer komplexeren Welt, wie auch das große Vertrauen der Ratsuchenden in unsere Arbeit.

Die Beratungsstelle bezog Anfang 2024 neue Räumlichkeiten in der Krebsgasse 5-11.

Ein Blick auf die Zahlen

Beratungsfälle:

Wir haben 2023 vor Ort, per Video, Telefon, E-Mail und Chat in 740 Fällen Einzelne, Paare und Familien beraten. Wir konnten Ratsuchende in 453 Fällen über unser Sekretariat neu aufnehmen. 418 Beratungsfälle wurden abgeschlossen. Hinzu kamen weitere 31 Fälle, die sich über die (stellenübergreifende) EFL-Onlineberatung angemeldet haben.

Beratungsstunden:

Die Zahl der Beratungsstunden lag 2023 bei 4.697.

Anzahl Ratsuchender:

Wir erreichten in 2023 damit 976 Ratsuchende, und weitere 31 mit der stellenübergreifenden Onlineberatung.

Paare:

Unser Schwerpunkt lag mit 2678 Beratungsstunden wieder auf der Beratung von Paaren. Das sind 58,5 % aller Beratungsstunden.

Kinder:

In 51% der abgeschlossenen Beratungsfälle und der Onlineberatung lebten Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren mit im Haushalt mindestens eines Elternteils. EFL-Beratung trägt hier maßgeblich dazu bei, die Situation von Kindern in familiären Krisen zu erleichtern.

Religionszugehörigkeit der Ratsuchenden:

52% waren katholisch, 12% evangelisch, 7% gehörten einer anderen Religionsgemeinschaft an, 29% gehörten keiner Religionsgemeinschaft an.

Migration:

18% der Ratsuchenden haben einen Migrationshintergrund.

Zugangswege:

Wie finden die Ratsuchenden am häufigsten zu uns?

36% kamen über Bekannte Verwandte und ehemalige Klienten,
24% fanden unser Angebot im Internet,
18% über andere Beratungsstellen, Ärzte und Psychotherapeuten,
13% waren schon einmal bei uns zur Beratung,
5% wurden von Seelsorgern auf unser Angebot hingewiesen.

Weitere Angaben zur Statistik, insbesondere zu den Beratungsthemen, finden sie ab Seite 8.

Laufende Projekte

Beratung von Menschen mit Fluchterfahrung

Auch in 2023 konnten wir die Beratung von Menschen nach Flucht und Folter fortführen. Wir sind hierfür in der EFL-Beratung im Erzbistum Köln und als verlässliche Anlaufstelle im Kölner Hilfenetzwerk fest verankert und pflegen einen Pool von Sprachmittler/innen. Ratsuchende finden zumeist auf Empfehlung zu uns. Angesichts der anhaltend hohen Flüchtlingszahlen freuen wir uns, dass das Land NRW und die Aktion Neue Nachbarn des Erzbistums Köln diese Beratungsarbeit weiterhin finanziell unterstützen.

Kooperationsprojekt mit der Katholischen Hochschulgemeinde (KHG) Köln

Im Zuge der Corona-Pandemie richteten wir mit der KHG Köln ein Projekt zur Unterstützung Studierender mit psychischen Schwierigkeiten ein, die durch die Kontaktbeschränkungen erheblich zugenommen hatten. Mit Infoveranstaltungen und Sprechstunden vor Ort wird dieser Zielgruppe unser Angebot so auch besser bekannt.

Italienischsprachige Beratung

In Kooperation mit der Italienischen Gemeinde in Köln konnten wir auch 2023 Beratung in italienischer Sprache anbieten. Dieses Angebot wird durch die Internationale Katholische Seelsorge im Erzbistum Köln mitfinanziert.

Aufgaben der EFL-Beratung

Ein Beitrag zeitgemäßer pastoraler Praxis der Kirche

Kirchliche Träger wirken in der psychosozialen Versorgung breitgefächert auf allen Ebenen der Gesellschaft. EFL-Beratung ist in diesem Angebotsspektrum ein psychologisches Angebot für Ratsuchende in Beziehungs- und Lebenskrisen. Das gilt besonders für Menschen in Ehe und Partnerschaft. Und sie steht Ratsuchenden im ganzen Spektrum belastender, oft existentieller Lebensfragen zur Seite. Hinzu kommt die Beratung bei generationenübergreifenden Krisen in der Familie, um neue Wege miteinander auszuloten. Mit dieser Breite ihres Angebots ist die EFL-Beratung offen für Menschen aus allen Schichten und Lebenswelten.

Die Rückmeldungen der Klientinnen und Klienten auf diese Arbeit sind von Anerkennung und Dankbarkeit geprägt. Die EFL-Beratung als Angebot der Kirche wird als engagierte, fachkompetente und wertschätzende Begleitung erlebt. Die pastorale Begleitung der Kirche hält damit ein kostenfreies, psychologisch fundiertes Beratungsangebot für ein breites Themenspektrum vor, vor allem mit der Paarberatung und mit der Beratung Einzelner in Lebenskrisen.

Die EFL-Beratung unterstützt viele Menschen in schwierigen Lebenssituationen, die manchmal ausweglos erscheinen. Bei Verlusten, Brüchen und auch im Scheitern loten die Beraterinnen und Berater mit ihnen neue Perspektiven aus. Damit ist EFL-Beratung für die Ratsuchenden ein zeitgemäßes Angebot und gelebte, anschlussfähige Praxis von Kirche.

Ein psychologischer Fachdienst der Jugendhilfe

Mit Blick auf den Auftrag der öffentlichen Hand, Familien bei der Bewältigung von Krisen zu helfen, unterstützt EFL-Beratung

Eltern dabei, dass Ihre Partnerschaft dauerhaft gelingen kann, dass Partnerschaftskrisen bewältigt werden und Trennungen sich möglichst erübrigen. Das ist ein wichtiger Beitrag zur öffentlichen Jugendhilfe. Die Familienforschung betont die herausragende Bedeutung gelingender Partnerschaft für die Erfüllung elterlicher Aufgaben.

Wenn es doch zu einer Trennung der Eltern kommt, hilft Trennungsberatung und psychologische Mediation ihnen bei der Handhabung von Schwierigkeiten, der Bewältigung von Konflikten und der weiteren Gestaltung der gemeinsamen Elternschaft.

So unterstützt EFL-Beratung Ratsuchende, den Herausforderungen als Eltern und Familie gerecht zu werden. Diese Arbeit ist ein wichtiger Baustein zeitgemäßer Jugendhilfe und Familienpolitik.

Unsere Leistungen im Einzelnen:

- Paarberatung
- Psychologische Mediation
- Paarberatung verbunden mit Online Coaching „PaarBalance“
- Einzelberatung
- Krisenintervention
- Onlineberatung für Einzelne und Paare (www.onlineberatung-efl.de)
- Familienberatung
- Gerichtlich angeordnete Beratung
- Fremdsprachige Beratung (englisch, spanisch, italienisch, türkisch, kurdisch und viele weitere mit Sprachmittlern)
- Beratung für Menschen mit Fluchterfahrung
- Gruppenarbeit (Kommunikationstrainings für Paare, Männergruppe, Kinder im Blick, Achtsamkeitsgruppe)
- Kooperation mit acht Familienzentren (s. Vernetzung); Sprechstunden, Beratung für Fachkräfte, insbesondere in Fragen des Kinderschutzes

Die Beratung findet überwiegend in der Beratungsstelle, aber auch in den Familienzentren, per Video, E-Mail, Chat oder Telefon und als Blended Counseling in Verbindung dieser unterschiedlichen Möglichkeiten statt.

Präventionsleistung der EFL-Beratung

- Unsere Beratungsarbeit hilft Einzelnen, Paaren und Familien eigene Wege zur Bewältigung von Schwierigkeiten, Problemen und Konflikten zu finden. Damit lassen sich oft aufwändigere Interventionen der Jugendhilfe vermeiden.
- Als qualifizierte Lotsen im Netz sozialer, psychotherapeutischer und medizinischer Angebote unterstützen wir Ratsuchende dabei, bei Bedarf adäquate weitere Hilfen in Anspruch zu nehmen.
- Aufgrund von EFL-Beratung muss weniger medizinische und psychotherapeutische Unterstützung in Anspruch genommen werden.
- Insbesondere steigt die Partnerschaftszufriedenheit mit EFL-Beratung. Sie ist ein hochwirksamer Schutzfaktor gegen körperliche und seelische Beeinträchtigungen und Erkrankungen.
- Ist ein Partner psychisch erkrankt, können paartherapeutische Interventionen dessen Genesung häufig sogar nachhaltiger unterstützen als eine Einzeltherapie.
- Paarkommunikationstrainings wie die KEK-Kurse vermitteln hochwirksam das Rüstzeug den liebevollen Umgang in der Partnerschaft zu pflegen



https://www.erzbistum-koeln.de/seelsorge_und_glaube/ehe_und_familie/ehe_und_partnerschaft/paare/kommunikation/kek/kurstermine/#



<https://koeln.efl-beratung.de/veranstaltungen-und-kurse/kek-kurs/>

- Paare können mit webbasierten Paarcoaching Programmen viel für ihre Partnerschaftszufriedenheit tun. Die EFL-Beratung im Erzbistum Köln nutzt das renommierte Programm PaarBalance.

Wir können dessen Nutzung für Ratsuchende kostenfrei mit unserem Beratungsangebot verbinden: www.efl-paarbalance.de
PaarBalance und Paarberatung zusammen einzusetzen ist nachweislich besonders wirksam.

- Ergänzend zur EFL-Beratung bietet die Ehe- und Partnerschaftsbegleitung im Erzbistum Köln vielfältige Angebote für Paare, um aufzutanken und für die Beziehung zu sorgen

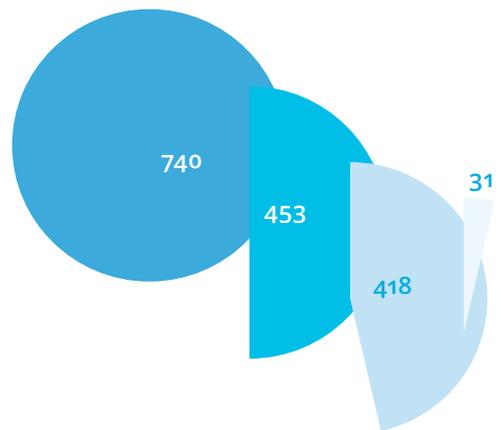


https://www.erzbistum-koeln.de/seelsorge_und_glaube/ehe_und_familie/ehe_und_partnerschaft/angebote_paare_paarzeit/

Statistik 2023 der Ehe-, Familien- und Lebensberatung in Köln

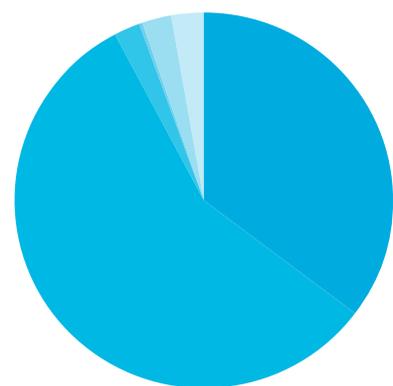
Übersicht Fälle

- Gesamtzahl der Beratungsfälle**
- davon a) Neuanmeldungen
- davon b) abgeschlossene Fälle
- davon c) Fälle der (stellenübergreifenden) Onlineberatung

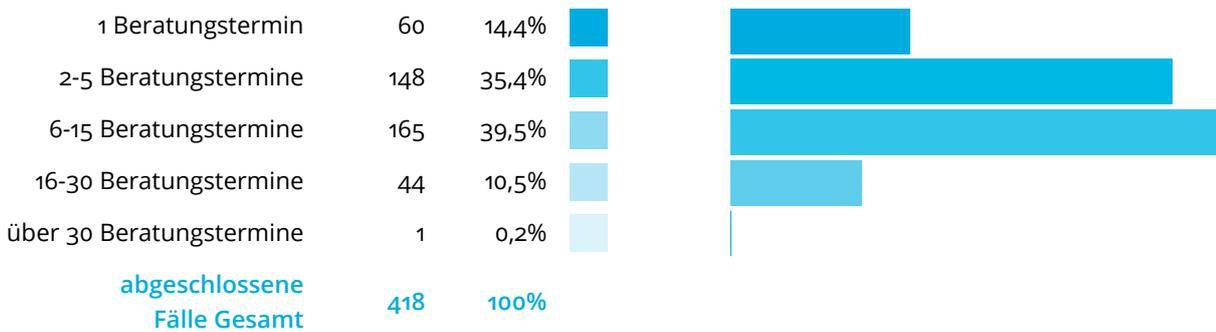


Beraterbezogene Stunden mit Onlineberatung

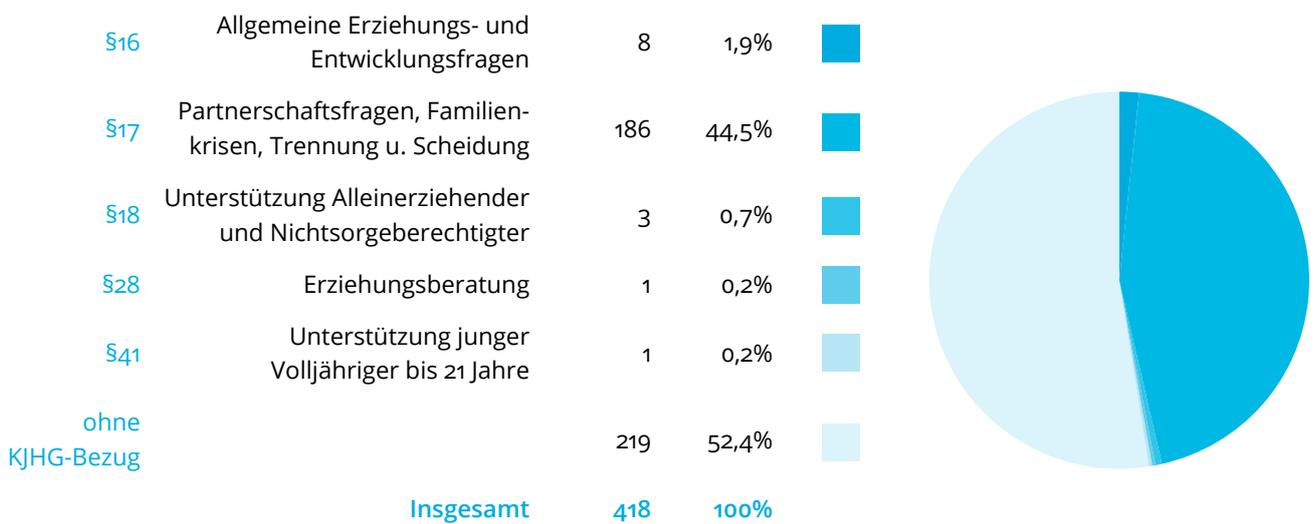
Einzel-sitzung	1659	35,3%
Paar-sitzung	2678	57,1%
Familiensitzung	108	2,3%
Telefongespräch / Brief	14	0,3%
Onlineberatung	115	2,4%
Gruppensitzung	120	2,6%
Insgesamt	4694	100%



Dauer der Beratung bei abgeschlossenen Fällen



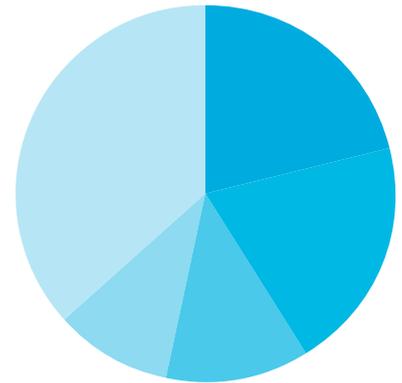
Beratung nach KJHG



Beratungsanlässe

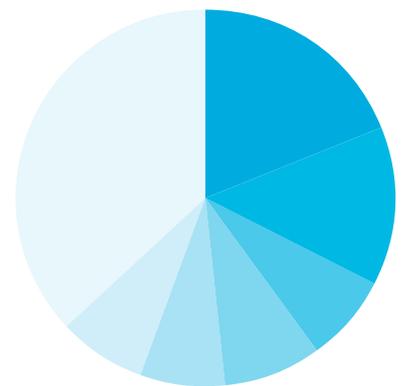
Personenbezogene Themen

Selbstwertproblem. / Kränkungen	238	21,2%	
Stimmungsbezogene Probleme (z.B. Depressionen)	227	20,2%	
Kritische Lebensereignisse / Verlusterlebnisse	136	12,1%	
Ängste und Zwänge	113	10,1%	
Sonstige	410	36,5%	
Insgesamt	1124	100%	



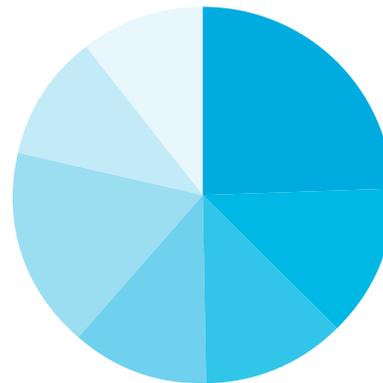
Partnerbezogene Themen

Dysfunktionale Interaktion / Kommunikation	289	19%	
Bewältigung von Übergängen	205	13,5%	
Heftiger Streit	115	7,6%	
Partnerwahl / Partnerbindung	129	8,5%	
Auseinanderleben / Mangel an Kontakt	109	7,2%	
Trennungswunsch / Angst vor Trennung	114	7,5%	
Sonstige	559	36,7%	
Insgesamt	1520	100%	



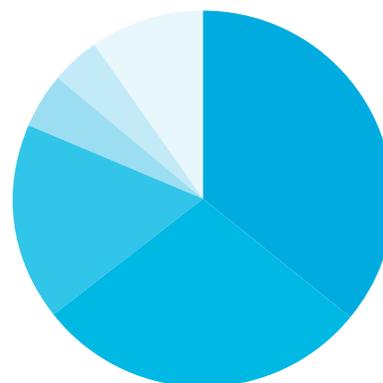
Familien- und kinderbezogene Themen

Fam. Umfeld (Eltern, Schwiegereltern, Großeltern, Geschwister)	90	24,5%	■
Familiäre Schwierigkeiten durch Trennung / Scheidung	49	13,3%	■
Beziehungsprobleme zwischen Eltern und Kindern	44	12%	■
Unterschiedliche Erziehungsvorstellungen	43	11,7%	■
Symptome und Auffälligkeiten der Kinder	64	17,4%	■
Familiäre Schwierigkeiten wegen der Kinder	40	10,9%	■
Sonstige	38	10,2%	■
Insgesamt	368	100%	



Gesellschaftsbezogene / soziokulturelle Themen

Ausbildungs- / Arbeitssituation	156	35,9%	■
Wohnsituation	124	28,6%	■
Finanzielle Situation	74	17,1%	■
Migrationsprobleme	20	4,6%	■
Arbeitslosigkeit	19	4,4%	■
Sonstige	41	9,4%	■
Insgesamt	434	100%	



Qualitätssicherung

- Fallbesprechungen im Team
- Monatliche externe Fallsupervision
- 4 x jährlich Psychiatrische Fallsupervision
- Interne und externe Einzelsupervision
- Fachteamtage zur inhaltlichen und konzeptionellen Entwicklung der Beratungsarbeit
- Klausurtag zur Organisationsentwicklung
- Mediationssupervision für die EFL-Beratung im Erzbistum Köln
- Supervision und Fachteam für Onlineberatung im Erzbistum Köln
- Supervision für Sekretärinnen in Beratungsstellen, DiCV Köln
- Kooperation mit der Tagesklinik Alteburger Straße gGmbH

Fachtagungen und Fortbildungen, in 2023:

- **Systemische Sexual- und Paartherapie**
Prof. Dr. Ulrich Clement; life lesson, digital
 - **Workshop: Umgang mit Affären**
Prof. Dr. Ulrich Clement, life lesson, digital
 - **Psychologische Fortbildung „Gewalt in Beziehung - Gewaltsame Beziehung“**
Dipl.-Psych. Dr. Axel Thomas,
Inhouse Fortbildung, Köln
 - **Auf die Haltung kommt es an**
- Beziehungsqualität in der Videoberatung
Dr. Gisela Steenbuck; Kath. Bundeskonferenz EFL, digital
 - **„Bleibt alles anders – Gesellschaft braucht Beratung“**
Bundesverband kath. Ehe-, Familien- und Lebensberater; Suhl/Thüringen
 - **„Emotionsfokussierte Paartherapie (EFT)“**
Kath. Bundeskonferenz EFL;
Prof. Dr. Christian Roesler; Freiburg
 - **Traumafachberatung**
Frank Pinterowitsch, Monika Dreiner,
Markus Rottländer, Gerhard Karl,
Markus Rachl; Inhouse Weiterbildung
EFL-Köln, Vertiefungsseminar; Köln
 - **Basis Plus-Schulung „Hinsehen und schützen“**
Präventionsschulung; Katja Birkner; Köln
- Für Sekretariatskräfte:
- **Stress, Trauma und Selbstfürsorge**
Eva Barnewitz; Siegburg
 - **Kommunikationstraining**
Hannelore Gabor-Molitor; Bensberg
 - **Individualschulung Office 365**
Marlis Körner; Diözesan Caritasverband; digital

Vernetzung

Kooperationsvereinbarungen mit Familienzentren:

- St. Stephan
- St. Gereon
- Kath. Familienzentrum Longerich /Lindweiler/CariKids
- Hl. Papst Johannes XXIII.
- Bickendorf/Ossendorf (BiOs)
- Köln am Südkreuz
- Familienzentrum des Linoclub e.V., Marienberger Weg
- Familienzentrum des Linoclub e.V., Hartenfelsweg

Wir bieten in diesen Familienzentren mit insgesamt 21 Kindertagesstätten kurzfristige Erstberatung an. Wir erreichen damit junge Paare und Alleinerziehende mit Beratungsbedarf, denen so ein Zugang zu unserer Beratungsstelle eröffnet wird.

Gremien und Arbeitskreise

- Leiterkonferenz / Träger-Leiterkonferenz der EFL-Beratung im Erzbistum Köln
- Arbeitsgemeinschaft Familienberatung der Stadt Köln nach § 78 KJHG
- Arbeitskreis der Leiter:innen der Kölner Erziehungs-, Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen
- Arbeitskreis EFL-Beratung für Menschen mit Fluchterfahrung
- Team der EFL-Onlineberater:innen im Erzbistum Köln
- Fachausschuss Digitales und Beratung der Katholischen Bundeskonferenz Ehe-, Familien- und Lebensberatung

Ablauf einer Beratung

- Sie können sich einzeln, als Paar oder in einer anderen familiären Konstellation anmelden. Wir stehen Ihnen bei allen psychischen Lebens- und Beziehungsproblemen gerne beratend zur Seite.
- Die Beratung ist für jeden offen, unabhängig von Herkunft, Weltanschauung oder sexueller Orientierung. Die Beratung ist vertraulich, die Beraterinnen und Berater unterliegen der gesetzlichen Schweigepflicht.
- Sie können sich telefonisch oder über unser Online Anmeldeformular anmelden:
<https://koeln.efl-beratung.de/beratungsstellen/koeln/>
Wir sind bemüht, Ihnen zeitnah einen ersten Beratungstermin anzubieten. Weitere Termine vereinbaren Sie dann in der Regel mit ihrer Beraterin/ihrem Berater.
- Die Dauer der Beratung und die Häufigkeit der Beratungstermine hängt sehr von ihrem Anliegen ab. Zumeist umfasst eine Beratung fünf bis zehn Termine.
- Die Beratung ist grundsätzlich für Sie kostenfrei. Wir freuen uns, wenn Sie unsere Arbeit mit einer Spende unterstützen.

Das Team der Beratungsstelle

Alle Berater/innen verfügen über ein abgeschlossenes Hochschulstudium (Psychologie, Pädagogik, Sozialpädagogik), die Weiterbildung/den Master of Counseling Ehe-, Familien- und Lebensberatung und weitere psychotherapeutische und beraterische Ausbildungen. Sie bilden sich kontinuierlich fachlich fort.

Leitung:

Günther Bergmann

Beratung:

Maria Brohl
Stephanie Butenkemper
Regina Gläßer
Malte Kromm
Christoph Neukirchen
Maria Schnabel
Clarissa Seban

Sekretariat:

Gabriele Körfgan
Martina Peterson
Mariele Daners

Externe Fachberatung:

Silke Bierhoff
Sabrina Gabriele
Gertrud Ganser
Sevgi Selbuz
Marita Simons
Iris Wrede

Supervision:

Dipl. Psych. Frank Pinterowitsch, Psychologischer Psychotherapeut, analytische und tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie

Dr. med. Dipl.-Psych. Elisabeth Rohrbach, Fachärztin für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Psychiatrie und Psychotherapie, Neurologie, Psychoanalyse



Spenden

Viele Ratsuchende zeigen ihre Wertschätzung für unsere Arbeit mit einer Spende. Allen Spendern sei an dieser Stelle ganz besonders gedankt!

Wir freuen uns, wenn Sie unsere Arbeit mit einer Spende unterstützen wollen:

Spendenkonto:

Gesamtverband der kath. Kirchengemeinden, Köln

IBAN: DE29370601930010253179

BIC: GENODED1PAX

Pax-Bank eG

Verwendungszweck:

„Spende EFL-Köln, Krebsgasse“ und Ihre Adresse, wenn Sie eine Spendenquittung wünschen

Impressum

Verantwortlich für den Inhalt

Günther Bergmann
Katholische Beratungsstelle für
Ehe-, Familien- und Lebensfragen
Krebsgasse 5-11
50667 Köln
Fon: 0221/2051515
E-Mail: g.bergmann@efl-koeln.de
www.efl-koeln.de

Redaktion

Günther Bergmann

Layout

Markus Rockstroh



Folgen Sie der EFL gerne auf Instagram
unter [efl_zeit.zum.reden](#)